

د. إسماعيل محمد رفعت

إمام مسجد المركز الثقافي التربوي بمدينة فورمس - ألمانيا

سلوك الرتابة في العبادة ومعالجة السُّنة الشريفة لها

فيما عُرف تاريخياً بـ «محاكم التفتيش» التي تعد أكثر مؤسسة بشرية سيئة الصيت، استخدم المجرمون نظاماً في العقوبات يعتمد على طريقة قد تبدو خفيفة وغير مؤلمة أو مميتة، وتعتمد أشكالاً من العقوبات.

منها: تعليق إناء مثقوب تتساقط منه قطرات ماء؛ واحدة كل دقيقة في غرفة السجين فيزعجه رتابة صوت قطرة الماء، أو تسقط على رأسه بعد تقييد حركته، وقد يتصور البعض أن ذلك لا أثر له، وكما تهزم قطرات الماء المتتابعة الصخرة الصلدة، فإن رتابة قطرات الماء تؤدي للإصابة بالجنون لِمَنْ وقع تحت هذا النوع من العذاب، ولا يُستبعد أن يكون ذلك

أيضا نتيجة لكل عمل رتيب، فيصاب صاحبه من التعب النفسي ما لا يكن في حسبانه، رغم حصوله بمحض اختياره، ولا غرابة أن تنهار قوى الإنسان وإرادته نتيجة التعرُّض لمؤثّرٍ متوالٍ على حالة واحدة؛ كالحركات أو الأصوات أو الأضواء!

وكل وظيفة رتيبة متكررة لها شكل دوري أو روتينيّ أو ميكانيكيّ تُسمى عملاً أو وظيفة أو حزباً راتباً، ومنه يقال: الحزب الرَّاتب: أي الوِردُ من القرآن الكريم يقرأه العبد كلَّ يوم، أو السُّنن الراتبة، لتعلقها بالصلوات الخمس الراتبة.



ما أتحدث عنه الآن ليس فقط رتابة الأعمال السلبية كالعقوبات، أو إدمان عادات سيئة كالنظر في الشاشات الذكية لأوقات طويلة، أو حتى إيثار الخمول والكسل، فضلاً عن ممارسات خاطئة كالتدخين، وإهمال الأهل والمجتمع، والعيش في حياة افتراضية بعيداً عن مجريات الحياة، أو اعتياد تلبية الرغبات بضغطة زر أو بلمسة شاشة، التي كرّست عدم الصبر على واجبات المعيشة أو حتى التكاليف اليومية، والتي في المقدمة منها الدراسة وتهذيب النفس والسلوك والقيام بالعبادة!

لا تتفاجأ أخي القارئ إن قلتُ لك إن الإنسان لو اعتاد حالة واحدة من أي عمل، فمهما كان هذا العمل إيجابياً، فقد يتعرض لهذه الانكفاءة -كما يطلق عليها في علم النفس- أو الانتكاسة، إنها حالة من الإحجام بعد الإقدام أو التأخُّر والتراجع بعد المسارعة والتنافس، نُكوص وفترة بعد النشاط والعزيمة، ولأكون أكثر



صراحة ووضوحاً، هذه المرادفات السلبية جميعها قد تقع حتى لو كان هذا العمل الرتيب عبادة من العبادات! فإن تكراره دون حضور قلب قد يؤدي إلى هذه الانتكاسات جميعها!

وهنا تجد التوجيه النبوي الشريف ليس بعيداً عن العلاج وتحاشي وقوع المسلم في فخ الانتكاسة نتيجة اعتياده طريقة رتيبة؛ ففي حديثِ عَبْدِ اللهِ بْنِ عَمْرِو بْنِ الْعَاصِ، عَنْ رَسُولِ اللهِ ﷺ أَنَّهُ قَالَ: «إِنَّ هَذَا الدِّينَ مَتِينٌ، فَأَوْغِلْ فِيهِ بِرِفْقٍ، وَلَا تُبَغِّضْ إِلَى نَفْسِكَ عِبَادَةَ رَبِّكَ، فَإِنَّ الْمُنْبَتَّ لَا سَفَرًا قَطَعَ، وَلَا ظَهْرًا أَبْقَى، فَاعْمَلْ عَمَلَ امْرِئٍ يَظُنُّ أَنْ لَنْ يَمُوتَ أَبَدًا، وَاحْذَرْ حَذَرًا يَخْشَى أَنْ يَمُوتَ غَدًا»[1].

والمُنْبَتّ: هو ذلك يُغذ دابته ضارباً لها باستمرار ليحثّها على السرعة في طريق طويل وأجواء حارة، فيهلكها فتعطب منه دون أن يصل إلى مبتغاه، فلا هو أبقى ظهره ولا قطع مسافة يصل بها إلى مراده! قال أبو عبيد: «فشبّهه بالمجتهد في العبادة حتى يحسر»[2].

وفي حديث عَبْدِ اللهِ بْنِ عَمْرٍو رَضِيَ اللهُ عَنْهُمَا قَالَ: ذُكِرَ لِرَسُولِ اللهِ ﷺ رِجَالٌ يَجْتَهِدُونَ فِي الْعِبَادَةِ اجْتِهَادًا شَدِيدًا، فَقَالَ: «تِلْكَ ضَرَاوَةُ الْإِسْلَامِ وَشِرَّتُهُ، وَلِكُلِّ ضَرَاوَةٍ شِرَّةٌ، وَلِكُلِّ شِرَّةٍ فَتْرَةٌ، فَمَنْ كَانَتْ فَتْرَتُهُ إِلَى اقْتِصَادٍ وَسُنَّةٍ فَلِأُمٍّ مَا هُوَ، وَمَنْ كَانَتْ فَتْرَتُهُ إِلَى الْمَعَاصِي، فَذَلِكَ الْهَالِكُ»[3].

---

١ السنن الكبرى، البيهقي (٣/ ٢٨ ط العلمية).
٢ غريب الحديث (٢ / ٢٨٣ ط المطابع الأميرية المصرية).
٣ مسند أحمد (١١/ ٩٨ ط الرسالة).

وقوله: «فلأم ما هو» يعني أنه راجع إلى أصل ثابت عظيم، هو على طريق ينبغي أن يقصد»[٤]. وفي رواية: «فَإِنَّ لِكُلِّ عَابِدٍ شِرَّةً، وَلِكُلِّ شِرَّةٍ فَتْرَةً، فَإِمَّا إِلَى سُنَّةٍ، وَإِمَّا إِلَى بِدْعَةٍ، فَمَنْ كَانَتْ فَتْرَتُهُ إِلَى سُنَّةٍ، فَقَدِ اهْتَدَى، وَمَنْ كَانَتْ فَتْرَتُهُ إِلَى غَيْرِ ذَلِكَ، فَقَدْ هَلَكَ»[٥].

والسُّنَّة الشريفة قد تختلف من آن لآخر، كالسنن القبلية والبعدية في الصلوات الخمس، فهي مشروعة إلا بعد الصبح وبعد العصر، ليكون ذلك الاختلاف محفزاً للتفكر والتدبر والعودة للأصل في متعة الانقياد لله تعالى بما عبَّر عنه أهل التربية السلوك إلى الله -تعالى- بقولهم: «من ذاق عرف».

علاج السُّنة لمسببات الرتابة



وقد عالجت السُّنَّة الشريفة مُسببات الرتابة وأزالت آثارها المحتملة في عبادات، منها:

١ **الصوم:** بوصفه ممارسة حكيمة لتغيير العادة والامتناع لوقت عما هو مباح في غير أوقات الصوم؛ أيًا كان نوعه -صوم سُنة أو فريضة- فيتوقف الصائم ليس فقط عن المحرمات بل عن الضروري اليومي له من الطعام والشراب مما هو مباح له من ماله، ويمتنع عن الضروري الغريزي لبقاء نوعه من عياله!

وفي الأخير لو اقترف الصائم مخالفة فإن العقوبة التي تترتب عليه لعلها أشد على البعض من عقوبة الزاني غير المحصن!

---

٤ نضرة النعيم في مكارم أخلاق الرسول الكريم، للشيخ صالح بن عبد الله بن حميد إمام وخطيب الحرم المكي (٢/ ٢٣، ١١/ ٥١١٩).

٥ مسند أحمد (١١/ ٩ ط الرسالة).

الصوم كعبادة تعتريه الأحكام الخمسة: «المباح وفوقه الطلب على وجه السُّنَّة أو الفرض، وتحته النهي على وجه الكراهة أو التحريم». وهذا غاية في التنوع والتغيير وبُعد عن الروتينية تجاه عبادة الصوم، التي تُعدُ ركناً أصيلاً من أركان الإسلام!

وليس أدل على ذلك من ثلاثة أيام متتالية هي آخر يوم في رمضان وأول يومين في شوَّال، فآخر يوم في رمضان يجب صيامه، وأول يوم في شوَّال وهو يوم العيد يجب فطره ويحرم صيامه، وثاني يوم من شوَّال العبد مخير بين صومه على وجه السُّنَّة أو فطره على وجه الإباحة، وهذا التنوع في الحُكم يجعل من نية المسلم نية متوجهة لطاعة الله -سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى- بالفعل والترك والتخيير تبعاً لمراد الله -جَلَّ وَعَلَا- نية تُجافي الرتابة في العمل الواحد بمسالك مختلفة بدافع واحد، هو موافقة مراد الله -جَلَّ جَلَالُهُ-!

٢ الزكاة عادة يخرجها من يملك قدراً من المال يُعرف في الفقه بالنِّصاب، وهو أقل حدّ الغِنى في الناس، وتأتي زكاة الفطر في رمضان ليخرجها كل مسلم يملك قوت يومه عن نفسه وعمن يعول ولو كان جنيناً في رحم أمه، ويدفع عن الجنين والمعذور ومَن لا يصوم في حالة استثنائية، تجعل من اليد السفلى التي اعتادت الأخذ -ولو يوم في العام- تجعل منها معطاءة عنها وعمن تعول!

٣ في مناسك الحج، يطوف الحاج فيستلم الحجر الأسود أو يُقبّلْه إن استطاع، ثم يوم العيد وفي أيام التشريق يؤمَر برجم حجر آخر هو شاهد على مكان رجْم إبراهيم وإسماعيل وهاجر -عَلَيْهِمُ السَّلَامُ- لإبليس.

فكلا النُسُكَين -بالتقبيل أو الرجم- لحجر، لكن الحكمة أن يفعل العبد النُسك في تمام انقياد وتسليم للرب -جَلَّ وَعَلَا- فإذا قيل: استلم حجراً بالتقبيل فعلنا وامتثلنا، وإذا أُمرنا برجم آخر سمعنا وأطعنا! ولسان حال المسلم في كل يردد: ﴿وَمَا كَانَ لِمُؤْمِنٍ وَلَا مُؤْمِنَةٍ إِذَا قَضَى ٱللَّهُ وَرَسُولُهُۥٓ أَمْرًا أَن يَكُونَ لَهُمُ ٱلْخِيَرَةُ مِنْ أَمْرِهِمْ ۗ وَمَن يَعْصِ ٱللَّهَ وَرَسُولَهُۥ فَقَدْ ضَلَّ ضَلَٰلًا مُّبِينًا﴾ [الأحزاب: ٣٦].

وهذا تغيير للرتابة وفعل للشيء وعكسه حتى لا يُصاب العبد بملل أو كلل؛ بل يراوح بين فعلين غير متفقين في ظاهرهما، طاعة لرب واحد يأمر فيطاع -عَزَّ وَجَلَّ- وليس هذا من باب تعطيل العقل ولكن من باب كسر الملل والتوجه بالطاعة المطلقة للرب المستحق لذلك -سُبْحَانَهُ وَتَعَالَى- والطاعة له فيما أرد لا فيما اتفق مع عقل بشري قاصر!



٤ **في العيدين من السُّنَّة الشريفة الخروج لمصلى العيد من طريق والعودة من طريق آخر،** ويُستحب اختيار أقصر الطريقين في الذهاب وترك الأبعد للإياب!

وهذه إشارة قوية للعلاج النبوي الشريف من الانتكاسات التي يؤدي إليها الاعتياد الرتيب حتى للعبادات! فإن في هذا السلوك تغييراً تعبدياً من نوع مختلف عن الأمر الرباني في الانصراف من صلاة الجمعة إلى العمل وإلى أنشطة الاكتساب المختلفة المنصوص عليه في الآية الكريمة: ﴿فَإِذَا قُضِيَتِ ٱلصَّلَوٰةُ فَٱنتَشِرُوا۟ فِى ٱلْأَرْضِ وَٱبْتَغُوا۟ مِن فَضْلِ ٱللَّهِ وَٱذْكُرُوا۟ ٱللَّهَ كَثِيرًا لَّعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ﴾ [الجمعة: ١٠]

وهكذا يأتي اجتماع العيد على طريق الاستثناء؛ فلا يشتغل المسلم باكتساب بل يرجع المسلم لبيته من طريق آخر قد يكون أطول من طريق قدومه للصلاة، بحسب اختياره للطريق الأسرع حتى لا يفوته التبكير وحضور الصلاة، فتطول مسافته باختياره في الذهاب، ويطول زمانه بالتسليم والمعايدة على مَن يلقى أو من يمر ببيوتهم؛ من الأحباب والمعارف وجموع المعيدين!

٥ **وقوع الصلوات الخمس في جماعة في المسجد بشكل أقرب ما يكون للديمومة**، فتأتي الأعياد لمخالفة هذا الحالة وتكون صلاة العيدين جماعة لكن في ساحات خالية!

٦ **من المعتاد صلاة تحية المسجد وسُنن قبلية قبل الصلوات**، وفي العيد تغيير للإلف الذي يُفقد العبادة معناها؛ فعن أبي سعيد الخدري رَضِيَ اللهُ عَنْهُ قال: كان رسول الله ﷺ «لَا يُصَلِّي قَبْلَ الْعِيدِ شَيْئًا، فَإِذَا رَجَعَ إِلَى مَنْزِلِهِ صَلَّى رَكْعَتَيْنِ»[٦].

٧ **الصلاة من أحكامها لا تقربها الحائض، وقد تعتزلها بنات الخدور**، فيأتي العيد ويُشرع في خروج صاحبات الأعذار لشهودهما، فلا يكون الترك رتيباً بل مرة ومرة فلا تألف النفس فعلاً على نظام واحد فتمله!

٨ **المشروع في صلاة الجمعة أنها خطبتان بعدهما ركعتان**، ولحكمة منها كسر الرتابة جاءت صلاة العيد لتعكس الترتيب المعتاد، فتسبق خطبة العيد صلاة ركعتين، بتكبيرات غير تكبيرة الإحرام والركوع، سبعاً في الأولى وخمساً في الثانية غير تكبيرة الانتقال والركوع أيضاً!

٩ **العيدان -الفطر والأضحى- مشروعان للفرح وللهو ونص الحديث على أنهما يومان للخروج عن المألوف في حدود الأدب المتبوع واللياقة المشروعة**، قال الشيخ القرضاوي -قدس الله سره وأكرم

---

٦ سنن ابن ماجه (١/ ٤١٠ تحقيق: محمد فؤاد عبد الباقي).

مثواه-: لا يمكن أن تكون الحياة كلها جِد لا لهو فيه، وكلّها تعب بلا راحة، لهذا عرف الناس الأعياد، وعرفت الأمم الأعياد لمناسبات شتى، ربطتها أحياناً بمعان وذكريات قومية، وأحياناً بمعان وذكريات دينية، ولكن الإسلام ربط أعياده بمعان ربانيّة، ومعان إنسانية، ومعان اجتماعية. انتهى.

وفي الحديث عَنْ أَنَسٍ -رَضِيَ اللهُ عَنْهُ- قَالَ: قَدِمَ رَسُولُ اللهِ ﷺ الْمَدِينَةَ، وَلَهُمْ يَوْمَانِ يَلْعَبُونَ فِيهِمَا فِي الْجَاهِلِيَّةِ، فَقَالَ: «إِنَّ اللهَ قَدْ أَبْدَلَكُمْ بِهِمَا خَيْرًا مِنْهُمَا: يَوْمَ الْفِطْرِ، وَيَوْمَ النَّحْرِ»[٧].

وها قد نص الحديث الشريف أن العيد مشروع لمخالفة المألوف من الجد المستمر وكسر النَّصَب في العمل، لتتكون للمسلم جاهزية جديدة لنَصَبٍ بعد فراغ، ولعمل بعد لهو! كما قال الله -عَزَّ وَجَلَّ-: ﴿فَإِذَا فَرَغْتَ فَٱنصَبْ وَإِلَىٰ رَبِّكَ فَٱرْغَب﴾ [الشرح: ٧-٨].

إن بالعيدين فرحاً ولهواً وسعادة، لكن من نوع راق وبسبب علاقة راقية، علاقة التوفيق للصيام والحج لله -تَبَارَكَ وَتَعَالَى-: ﴿قُلْ بِفَضْلِ ٱللَّهِ وَبِرَحْمَتِهِۦ فَبِذَٰلِكَ فَلْيَفْرَحُواْ هُوَ خَيْرٌ مِّمَّا يَجْمَعُونَ﴾ [يونس: ٥٨].

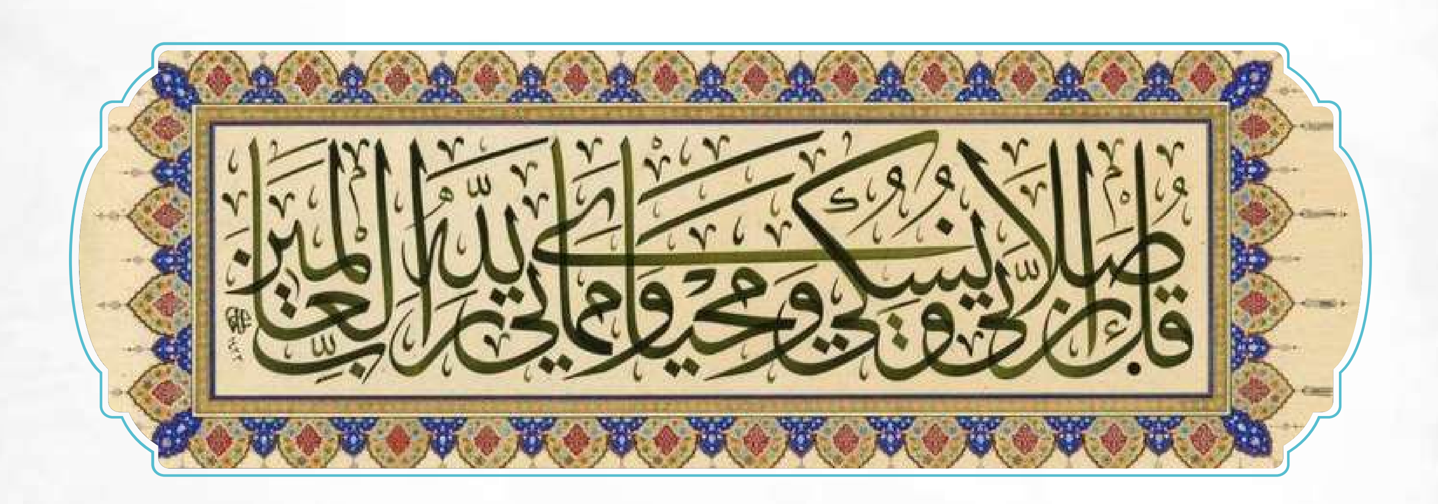


إن خضوع الإنسان باستمرار لنظام ثابت في الحياة ولفترة زمنية طويلة، وعدم محاولة كسر جمود ورتابة هذا النشاط أو التخلص منه -ولو مؤقتاً-

٧ مسند أحمد (١٩/ ٦٥ ط الرسالة).

بإدخال أمور جديدة على النظام اليومي، قد يصيبنا باضطرابات نفسية تؤثر على الصحة وعلى العلاقات الاجتماعية، والشعور بالملل وفقد محفزات الاستمرار في العمل مهما كان إيجابياً.

والمعالجون النفسيين ينصحون لتفادي الآثار السيئة للرتابة بالتغيير حتى في نوعية الأكل ومكان النوم أو السفر مرة في العام، ورأيت من الحلول المعمول بها -في أوروبا- للمشاكل الاجتماعية بين الزوجين، أن يهجر أحدهما الآخر في رحلة أو عطلة أو تغيير سكن مدة أسبوعين إلى شهر! وهكذا نرى أن الرسول الكريم ﷺ جاء بهدايات أرقى وأقوم سبيلاً! لكسر العادة والعودة إلى أصل العبادة وهو الخضوع لله تعالى فيما يحب الله ويرضى، بغض النظر عن إدراك الحكمة أو قصور العقل عنها، وهذا يجعل العبد بعيداً عن كونه عبد سُخرة أو قائم بعمل إجباري كالآلة أو ما يُسمى بال «روبوت»؛ فهو يغير مسلكه ونمط عبادته بطريق التسنن والاتباع أيضاً! مما يجعله أبعد ما يكون من الملل أو الانتكاس، نعوذ بالله من الخذلان، وهو المستعان وعليه التكلان!



هذه الإشارات النبوية التي خاطب بها الرسول الكريم عرب الجزيرة قبل أربعة عشر قرناً، ليت مؤسساتنا الأكاديمية تهتم بها وتستخرج لنا دُرر العلاج النفسي في القرآن والسُّنَّة الشريفة، بدلاً من أساليب البحث التي هي أقرب ما تكون إلى النسخ واللصق لتضخيم الأبحاث وتحبير الأوراق وتحصيل الحاصل!